

Ministério da Saúde
Moçambique



Health Delivery Support Project, 2002



saúde infantil

Cartões de Informação, Educação e Comunicação (IEC)

CARTÕES DE INFORMAÇÃO, EDUCAÇÃO E COMUNICAÇÃO (IEC) EM SAÚDE INFANTIL

Os ***CARTÕES DE IEC*** - em Saúde Infantil, compõem - se de um conjunto de cartões com informações técnicas para a prevenção das doenças da infância e para a promoção da saúde da criança, baseados principalmente, nas mensagens chave e procedimentos de avaliação da criança doente da estratégia da Atenção Integrada às Doenças da Infância - AIDI. Neste conjunto de ***CARTÕES DE IEC*** há também um memorando dos conteúdos de Comunicação Interpessoal e Aconselhamento - CIPA, para a melhoria da qualidade de relacionamento e atenção do pessoal de saúde e dos Agentes Comunitários de Saúde - ACS com as mães e as pessoas da comunidade

Os ***CARTÕES DE IEC*** para a Saúde Infantil são instrumentos de apoio não só para os Agentes Comunitários de Saúde (ACS), mas também para o pessoal de saúde. O seu objectivo principal é ajudar no sentido de que as mães e as acompanhantes das crianças menores de 5 anos de idade, aprendam e entendam como cuidar da criança doente, como prevenir as doenças de seus filhos e como promover a sua saúde. Os ***CARTÕES DE IEC*** podem ajudar a fazer uma palestra, explicar melhor um assunto ou uma discussão apoiar as explicações, orientações e aconselhamento nas visitas domiciliárias, nas reuniões de grupo ou no atendimento clínico.

Os ***CARTÕES DE IEC*** foram produzidos pelo MISAU AIDI- RESP com apoio do Projecto HSDS, para além do apoio da John Snow Incorporated, Johns Hopkins University Center of Communication Program, Pathfinder International, e as ONGs: Health Alliance International, Medical Care Development International, Save the Children, Terre des Hommes e World Vision. Parte dos desenhos são adaptações de cartazes já existentes do Ministério da Saúde, e outros foram criados pelo desenhador gráfico Manuel Simbine (***Tunga***)



Health Delivery Support Project, 2002

Contrato nº 656 - C - 00 - 00 - 00053 - 00



ÍNDICE

Cartão	Apresentação
Cartão no. 1.....	Vacinação
Cartão no. 2.....	Sinais de Perigo
Cartão no. 3.....	Tratamento da Diarreia
Cartão no. 4.....	Preparação dos Sais de Rehidratação Oral (SRO)
Cartão no. 5.....	Prevenção da Diarreia
Cartão no. 6.....	Malária
Cartão no. 7.....	Arrefecimento Corporal
Cartão no. 8.....	Prevenção da Malária
Cartão no. 9.....	Tosse e Dificuldade em Respirar
Cartão no. 10.....	Cuidados das Crianças em Casa Quando Tiver Tosse ou Constipação
Cartão no. 11.....	Amamentação Exclusiva Até 4 Meses de Idade
Cartão no. 12.....	Alimentação da Criança de 4 a 6 Meses de Idade
Cartão no. 13.....	Alimentação da Criança de 6 a 12 Meses de Idade
Cartão no. 14.....	Alimentação da Criança de 1 a 2 Anos de Idade
Cartão no. 15.....	Alimentação da Criança Maior de 2 Anos de Idade
Cartão no. 16.....	Cuidados Com a Criança Doente
Cartão no. 17.....	Controle do Crescimento da Criança
Cartão no. 18.....	Comunicação Interpessoal da Mãe Com a Criança
Cartão no. 19.....	Orientações Para a Comunicação Interpessoal do/da ACS

Orientações para quando se usar os *CARTÕES DE IEC*:

Os *CARTÕES DE IEC* são apresentados em folhas plastificadas, tendo de um lado os conteúdos técnicos e mensagens chave, e do outro lado, os seus respectivos desenhos.

- Quando for a usar os *CARTÕES DE IEC* separe o conjunto dos cartões do tema que for trabalhar;
- Segure os *CARTÕES DE IEC* de maneira que o desenho fique bem na frente da pessoa (ou pessoas), enquanto o texto escrito fica na frente do moderador que é você para você poder ler se for necessário;
- Coloque o desenho num local em que todas as pessoas possam vê-lo muito bem. Use somente um *CARTÃO DE IEC* de cada vez;
- Dê atenção completa às pessoas. Olhe nos seus olhos e não se esconda por trás dos *CARTÕES DE IEC*;
- Encoraje as pessoas a fazerem-lhe perguntas sobre o desenho e sobre o conteúdo do texto. Responda sempre as perguntas e clarifique as dúvidas logo a seguir;
- Quando for a usar os *CARTÕES DE IEC*, leia antes o texto que está atrás de cada cartão, e pode consultá-lo sempre que precisar lembrar do seu conteúdo e das suas mensagens chave;
- Inicie a sua conversa ou palestra fazendo perguntas à pessoa ou à plateia sobre o que ela está a perceber na figura “O que mostra a figura?”, “O que está a acontecer nesta figura?” “O que você acha que estas pessoas estão a fazer?”
- Explique o seu conteúdo e termine perguntando o que foi aprendido.
- Repite várias vezes a mensagem chave e peça para a mãe repetí-la com você.





1 VACINAÇÃO

☞ *Pergunte a sua comunidade: O que mostra a figura?*

PERGUNTAS PRINCIPAIS PARA A DISCUSSÃO:

Por que se deve vacinar as crianças no primeiro ano de vida?

Quais são as doenças que podem ser prevenidas com a vacinação?

Quais são as vacinas que todas as crianças devem tomar no primeiro ano de idade?

Vacinação é quando uma pessoa recebe uma injeção ou gotinha para ser protegida contra doenças. Cada tipo de vacina defende a pessoa contra um tipo de doença. Vacinar a criança é importante para prevenir – se de certas doenças que podem atacar as crianças e mata-las. Todas as crianças devem tomar **TODAS AS VACINAS** antes de completar **UM ANO DE IDADE**, seguindo o seguinte calendário:

Ao nascer	→ BCG contra a tuberculose e a PÓLIO contra a paralisia infantil
Aos dois meses	→ DPT + HEP B contra a difteria, tosse convulsa e tétano e PÓLIO
Aos três meses	→ DPT + HEP B e PÓLIO
Aos quatro meses	→ DPT + HEP B e PÓLIO
Aos nove meses	→ Anti - Sarampo

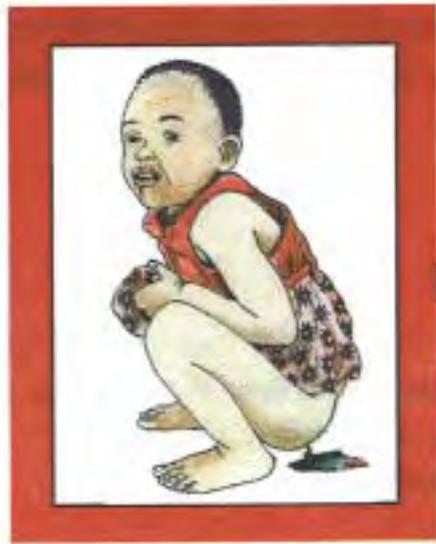
Além dessas vacinas, a criança deve também receber a primeira dose da VITAMINA A com 6 meses e depois novamente a cada 6 meses (ou 2 vezes por ano), até completar 5 anos de idade . Esta vitamina ajuda a proteger a criança contra a cegueira, diarreia, sarampo e outras doenças de pele. Se a criança começa a ser vacinada mais tarde, ela deve ser vacinada todos os meses até completar o calendário de vacinação.

As vacinas são registradas no Cartão da Saúde da Criança. Este é um documento muito importante para dar seguimento à vacinação e peso da criança. O Cartão de Saúde da criança deve ser bem guardado. Se a mãe o perder, deve pedir outro na Unidade Sanitária que lhe será dado gratuitamente.

MENSAGEM CHAVE

A criança vacinada está menos exposta a ficar doente e morrer.

Todas as crianças devem completar a vacinação no primeiro ano de vida



2 SINAIS DE PERIGO

↵ *Pergunte a sua comunidade: O que mostra a figura?*

PERGUNTAS PRINCIPAIS PARA A DISCUSSÃO:

Quais são os sinais de perigo para a vida da criança? Quando deve levar a criança imediatamente à Unidade Sanitária?

Os Sinais de Perigo nas crianças menores de 5 anos de idade que requerem cuidados de saúde **IMEDIATOS** na Unidade sanitária, são:

- A criança não consegue beber ou mamar o peito e não consegue chupar ou engolir.
- A criança tem convulsões.
- A criança está sonolenta e não acorda.
- Tem febre.
- Apresenta mau estado geral e está a piorar.
- Se a criança tem diarreia, está sonolenta, tem sangue nas fezes e a diarreia dura mais de 14 dias → Dê mais líquidos que o habitual e continue a amamentar e alimentar para prevenir a desnutrição e leve imediatamente à Unidade Sanitária.

e a criança tem tosse → Dê mais líquidos à criança, alivie a tosse com remédio caseiro e desentupa o seu nariz.

e a criança tem respiração rápida, isto é respira muito depressa → Vá imediatamente à Unidade Sanitária.

e a criança tem dificuldade em respirar, levantamento do peito e abaixamento da barriga → vá imediatamente à Unidade Sanitária.

MENSAGEM CHAVE

**Uma criança que tenha os sinais de perigo, acima descritos, está com doença grave.
Leve a sua criança imediatamente à Unidade Sanitária mais próxima.**



15 ALIMENTAÇÃO DA CRIANÇA MAIOR DE 2 ANOS DE IDADE

☞ *Pergunte à sua comunidade: O que mostra a figura?*

PERGUNTA PRINCIPAL PARA DISCUSSÃO:

Qual deve ser a alimentação habitual da criança maior de 2 anos de idade?

- Continue a dar à primeira refeição uma papa enriquecida com amendoim pilado, castanha pilada, óleo, leite de côco ou leite de vaca.
- Continue a dar à criança a comida da família no seu próprio prato, 3 vezes ao dia, seguida de fruta fresca da época, banana, manga, laranja, entre outras.
- Dê à criança, 2 vezes ao dia, mandioca ou batata doce no intervalo das refeições .

❖ O desmame da criança deve ser feito pouco a pouco

MENSAGEM CHAVE

Aumente a quantidade de alimentos segundo o apetite e o aumento de peso da criança.

Dê à sua criança fruta, mandioca ou batata- doce no intervalo das refeições.



Tung 2002

16 CUIDADOS COM A CRIANÇA DOENTE

☞ *Pergunte à sua comunidade: O que mostra a figura?*

**PERGUNTA PRINCIPAL PARA DISCUSSÃO:
Qual é a melhor maneira de se alimentar a criança doente?**

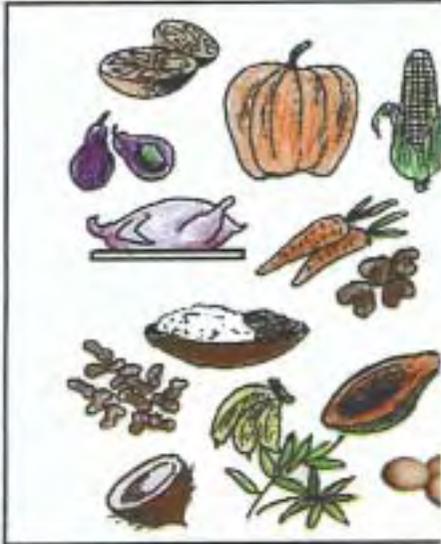
A criança doente muitas vezes não tem vontade de comer. Contudo, é muito importante que ela seja bem alimentada, porque:

- A criança está fraca por causa da doença e se ela não se alimentar ficará ainda mais fraca .
- É importante não deixar a criança comer sozinha para a mãe estar segura de que ela está realmente sendo alimentada.
 - A criança pequena, quando está doente, perde muitos líquidos. Assim, sempre que a criança estiver doente, continue a amamentação ao peito e dê mais líquidos que o habitual.
 - Continue a alimentar a criança com comida normal para a sua idade, várias vezes ao dia, mas em pequenas quantidades.
 - Dê uma ou mais refeições adicionais até uma semana depois da criança melhorar da doença.

MENSAGEM CHAVE

A criança doente precisa de mais cuidados.

Ela necessita de receber mais líquidos que o normal e deve continuar a alimentar-se.



Tina 2002

13 ALIMENTAÇÃO DA CRIANÇA DE 6 A 12 MESES DE IDADE

☞ *Pergunte à sua comunidade: O que mostra a figura?*

PERGUNTA PRINCIPAL PARA A DISCUSSÃO:
Que tipos de alimentos se dá à criança de 6 aos 12 meses de idade?

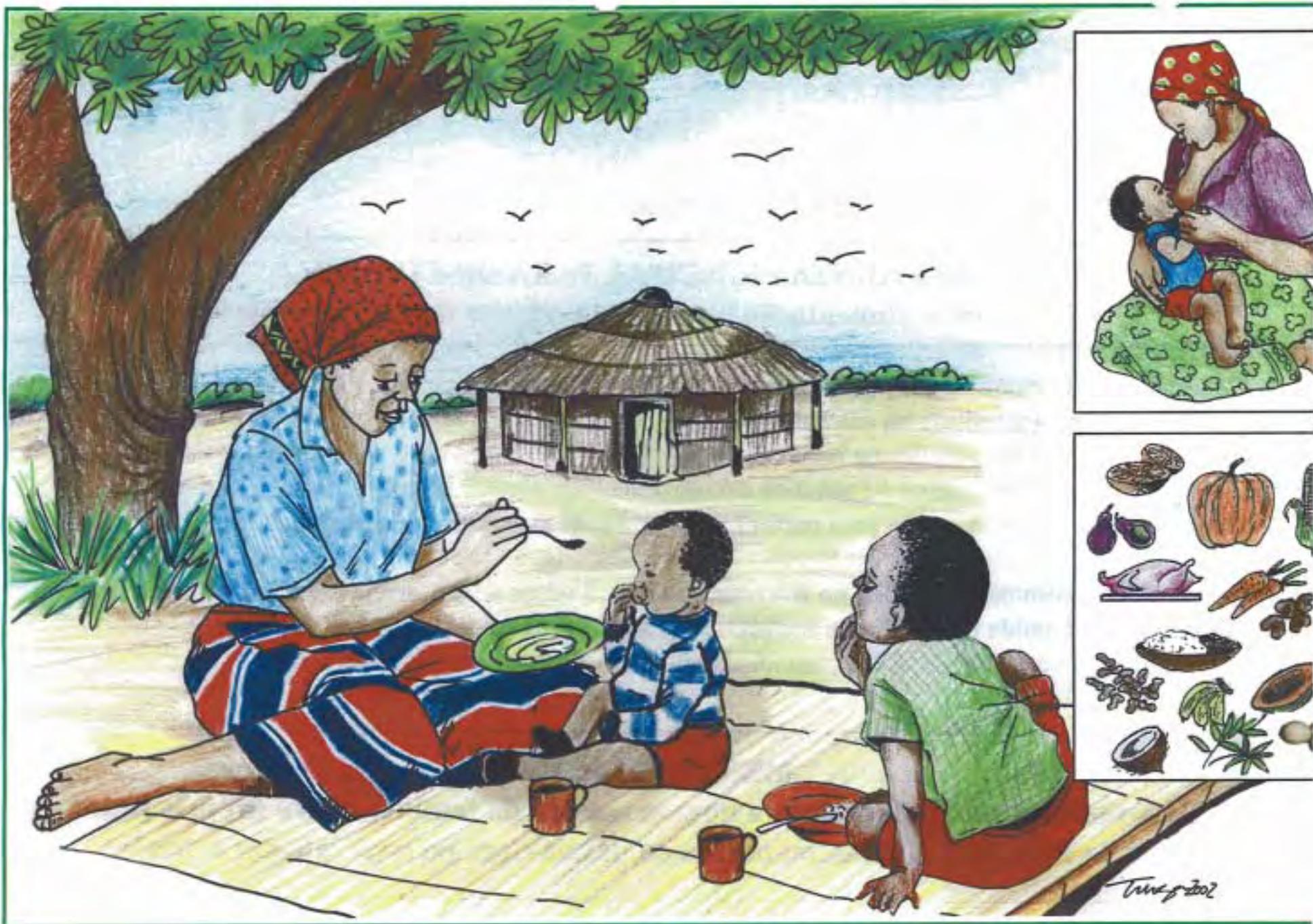
A criança, a partir dos 6 meses de idade, precisa de mais alimentos para a defesa da sua saúde, crescimento e desenvolvimento. Uma boa alimentação é muito importante para a criança crescer bem. Para além da amamentação, ela precisa de ser alimentada 4 a 5 vezes ao dia. Por isso:

- Continue a amamentar a criança sempre que ela quiser.
- Introduza os alimentos sólidos.
- Dê papas de farinha de milho ou outro cereal misturadas com:
 - Amendoim, castanhas piladas, óleo ou leite do côco.
 - Folhas verdes ou legumes.
 - Carne, peixe ou gema de ovo cozida.

Vá aumentando a quantidade de papinhas, de acordo com o apetite da criança e o aumento de peso. A partir dos 8 a 9 meses, se for alimentada no peito, introduza a comida da família 3 vezes, e se a criança não mama 5 vezes .

MENSAGEM CHAVE

Continue a amamentar a criança, dê papas 3 vezes ao dia.
No intervalo das refeições dê frutas, mandioca ou batata doce 2 vezes ao dia.



14 ALIMENTAÇÃO DA CRIANÇA DE 1 a 2 ANOS DE IDADE

☞ *Pergunte à sua comunidade: O que mostra a figura?*

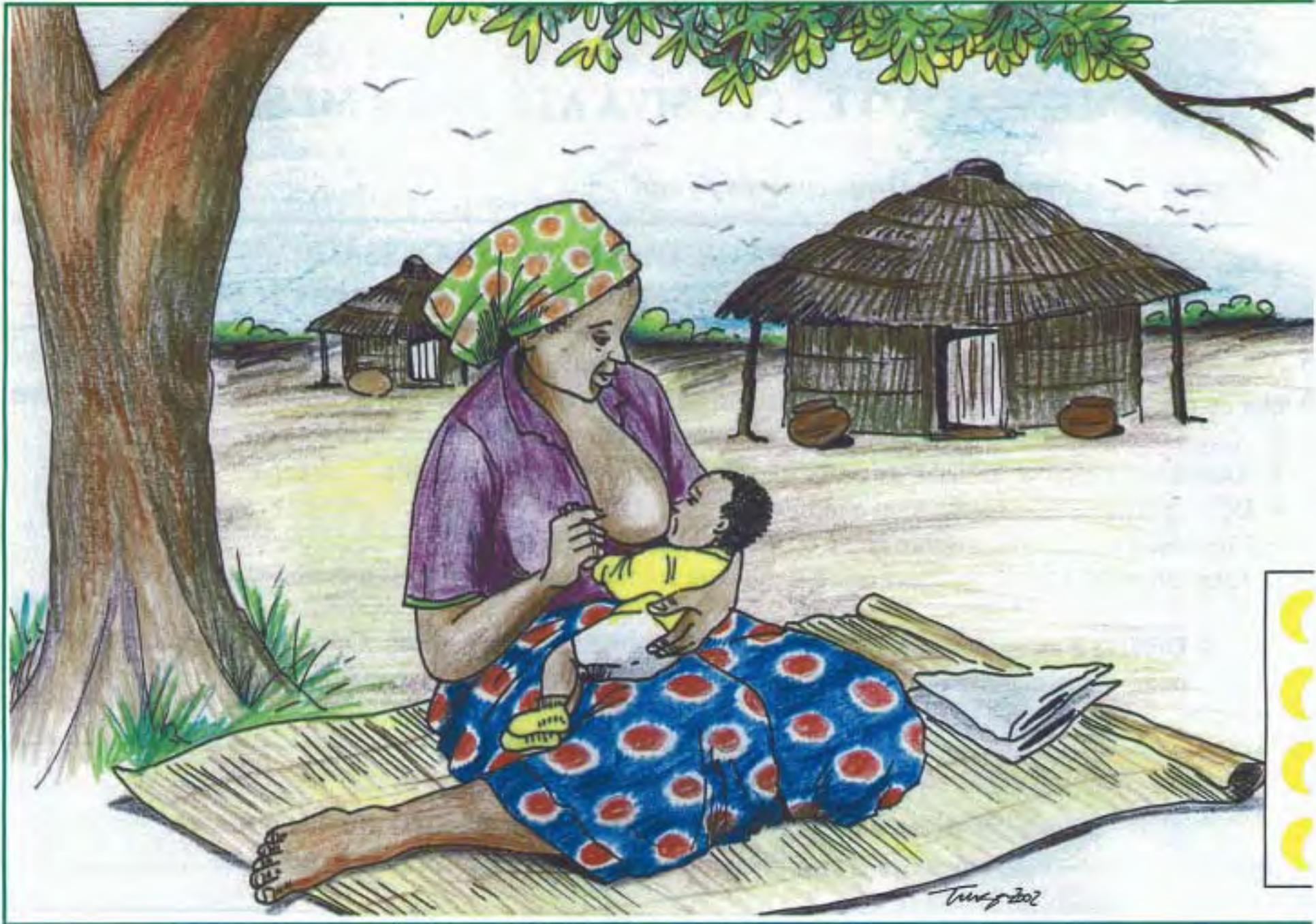
PERGUNTA PRINCIPAL PARA DISCUSSÃO:

Qual deve ser a alimentação habitual da criança de 1 a 2 anos de idade?

- Continue a amamentar a criança tantas vezes quantas a criança desejar. Continue a dar papas misturadas com:
 - Amendoim ou castanhas piladas.
 - Folhas verdes ou legumes.
 - Carne, peixe ou gema de ovo cozido.
- Dê na primeira refeição do dia uma papa enriquecida com amendoim pilado, castanha pilada, óleo ou leite de côco.
- Dê à criança a comida da família, no seu próprio prato, 3 vezes ao dia, se ela mamar no peito.
- Dê à criança a comida da família no seu próprio prato 5 vezes ao dia, se estiver a mamar.
- Dê à criança, 2 vezes ao dia: frutas, mandioca ou batata-doce no intervalo das refeições.

MENSAGEM CHAVE

**Dê 3 vezes ao dia à sua criança a mesma comida da família, no seu próprio prato.
Dê 2 vezes ao dia frutas, mandioca ou batata-doce no intervalo das refeições**



11 AMAMENTAÇÃO EXCLUSIVA ATÉ AOS 4 MESES DE IDADE

☞ *Pergunte à sua comunidade: O que mostra a figura?*

PERGUNTA PRINCIPAL PARA DISCUSSÃO:

Como as mães devem alimentar as crianças até aos 4 meses de idade?

O aleitamento materno exclusivo é o melhor alimento para a criança até aos 4 meses de idade

O leite do peito é o melhor alimento porque contém tudo o que a criança necessita para crescer e se desenvolver.

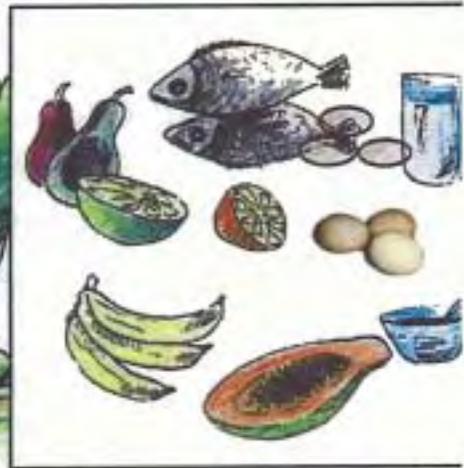
- Amamente a criança **SOMENTE** com leite do peito durante os primeiros 4 meses de idade.
- Amamente a criança **TODAS** as vezes que ela quiser, de dia e/ ou de noite.
- Deixe a criança amamentar todo o tempo que ela quiser.
- Continua a amamentar mesmo que a criança esteja doente.
- Além do peito, não dê qualquer outro líquido ou comida (sumos, papas ou mesmo água).

❖ Durante a amamentação, olhe para a sua criança e faça-lhe carícias. Converse com ela, mesmo sem ela poder falar, ela já escuta a voz da mãe e gosta de ser alimentada ouvindo-a.

MENSAGEM CHAVE

O leite do peito é o melhor alimento para a criança até aos 4 meses.

Amamente a sua criança tantas vezes quantas ela quiser



Wang 2002

12 ALIMENTAÇÃO DA CRIANÇA DE 4 A 6 MESES DE IDADE

☞ *Pergunte a sua comunidade: O que mostra a figura?*

PERGUNTA PRINCIPAL PARA DISCUSSÃO:

Que tipos de alimentos se dá à criança de 4 a 6 meses de idade?

-) leite do peito é o melhor alimento porque contém tudo o que a criança necessita para crescer e se desenvolver.
- Amamente a criança TODAS as vezes que ela quiser, pelo menos 8 vezes ao dia, de dia ou de noite.
 - Amamente a criança exclusivamente no peito até aos 6 meses se a criança não tiver problemas de peso e se a mãe puder amamentar-la.
 - Introduza em quantidade gradualmente crescentes conforme a aceitação: papinhas de farinha disponível localmente, enriquecidas com amendoim pilado, castanhas piladas, óleo ou leite de coco e folhas verdes.
 - Dê esses alimentos 1 ou 2 vezes por dia, após a alimentação ao peito.
 - Continua a alimentar a criança mesmo que esteja doente.
- ❖ Durante a amamentação, olhe para a sua criança e faça-lhe carícias. Converse com ela, mesmo sem ela poder falar, ela já escuta a voz da mãe e gosta de ser alimentada, ouvindo-a

MENSAGEM CHAVE

**Introduza na alimentação da criança, papinhas de farinhas enriquecidas
1 ou 2 vezes por dia, após a amamentação ao peito.**



8 PREVENÇÃO DA MALÁRIA

☞ *Pergunte a sua comunidade: O que mostra a figura?*

PERGUNTA PRINCIPAL PARA DISCUSSÃO:

O que as pessoas dessa comunidade podem fazer para se prevenirem da malária?

As crianças e toda a família devem proteger-se de picadas de mosquitos, principalmente à noite.

As medidas preventivas de combate à malária são aquelas que ajudam a evitar a picada de mosquitos:

1. Usar rede mosquiteira tratada com insecticida .
2. Usar insecticidas para matar ou afugentar os mosquitos, tais como Baygon, repelentes e outros conhecidos na comunidade.
3. Colocar redes mosquiteiras nas janelas e nas portas das casas.
4. Eliminar os charcos de água à volta das casas.
5. Enterrar as latas, garrafas e outros recipientes que possam levar à criação de mosquitos.
6. Queimar folhas ou borrachas antes de dormir para afugentar os mosquitos (folhas de eucalipto, de limoeiro, pneus, etc).
7. Cortar o capim e fazer a limpeza, de forma regular, à volta da casa .
8. Pulverizar a casa com insecticida, sempre que for possível.

MENSAGEM CHAVE

Para dormir, use sempre a rede mosquiteira tratada com insecticida para se prevenir da malária



UNDE É SUA CRIANÇA CONTRA
CRIANÇA MOURADA.
CRIANÇA SAUDÁVEL



9 TOSSE E DIFICULDADE EM RESPIRAR

☞ *Pergunte à sua comunidade: O que mostra a figura?*

PERGUNTAS PRINCIPAIS PARA DISCUSSÃO:

**Como a mãe sabe se a criança tem tosse ou dificuldade em respirar?
O que se deve fazer com a criança que tem tosse e dificuldade em respirar?**

Se a criança tiver tosse, mas *SEM* dificuldade de respirar, deve-se:

- Dar mais líquidos que o normal.
- Dar xarope caseiro (mel, água com açúcar e cebola).
- Continuar a amamentar ao peito.

Se a criança tiver tosse e *COM* dificuldade de respirar (respira muito rápido), deve-se:

- Levar urgentemente à Unidade Sanitária mais próxima e cumprir com a receita médica.
- Continuar a amamentar ao peito.
- Receber líquidos mais que o normal.
- Desentupir as narinas, se necessário.

MENSAGEM CHAVE

Se a criança tiver dificuldade em respirar, leve-a imediatamente à Unidade Sanitária mais próxima



June 2002

10 CUIDADOS DAS CRIANÇAS EM CASA QUANDO TEM TOSSE OU CONSTIPAÇÃO

☞ *Pergunte à sua comunidade: O que mostra a figura?*

PERGUNTAS PRINCIPAIS PARA A DISCUSSÃO:

O que e como fazer quando as narinas da criança estão entupidas?
Quais são os remédios caseiros seguros para as crianças?

Quando a criança está com tosse e “constipada” pode ter dificuldade em respirar porque as narinas estão entupidas. Para desentupir as narinas, deve-se limpar as narinas utilizando água e sal ou leite materno.

• Passos para desentupir as narinas:

1. Dissolva um pouco de sal em meio copo de água ou meio copo de leite do peito e coloque numa tigela.
2. Aplique uma gota dessa solução em cada narina.
3. Se a criança tiver secreção espessa ou grossa:
 - a. Pegue um pano limpo e leve e molhe uma ponta desse pano nessa tigela.
 - b. Passe a ponta desse pano cuidadosamente em cada narina para limpá-la.

• Remédios caseiros:

- O melhor remédio caseiro para tosse nas crianças é continuar a dar aleitamento materno exclusivo.
- Para as crianças com mais de 4 meses de idade, pode-se usar também o xarope de limão com açúcar ou com mel.

MENSAGEM CHAVE

Alivie o nariz da criança constipada utilizando água com sal ou leite do peito



5 PREVENÇÃO DA DIARREIA

☞ *Pergunte à sua comunidade: O que mostra a figura?*

PERGUNTAS PRINCIPAIS PARA A DISCUSSÃO:

Por que é importante prevenir-se contra a diarreia?

Quais são os comportamentos chaves para se prevenir contra a diarreia?

A diarreia na criança é perigosa porque pode matar. Por isso, é muito importante prevenir que a criança apanhe a diarreia.

Os **COMPORTAMENTOS CHAVE PARA A PREVENÇÃO DA DIARREIA** que evitam que as crianças apanhem a diarreia, são:

- Lavar os alimentos antes de comê-los.
- Lavar os utensílios domésticos.
- Lavar as mãos para preparar os alimentos.
- Lavar as mãos antes de comer.
- Lavar as mãos depois de utilizar a latrina.
- Enterrar as fezes das crianças.

MENSAGEM CHAVE

A diarreia pode ser evitada lavando as mãos e os alimentos antes de comer, cuidando da higiene de água e da comida, usando latrinas e enterrando as fezes das crianças



6 MALÁRIA

≡ *Pergunte à sua comunidade: O que mostra a figura?*

PERGUNTAS PRINCIPAIS PARA DISCUSSÃO:

Como é que as mães sabem que a criança está com a malária? O que fazer quando a criança tem sinais da malária? Quais são os sinais de perigo de uma criança com febre?

A malária é transmitida pela picada do mosquito. O mosquito que transmite a malária geralmente pica mais à noite.

A malária é uma doença perigosa e pode matar quando não se leva cedo a criança à Unidade Sanitária e não é bem tratada

A pessoa com malária pode ter alguns dos seguintes sintomas :

- Febres.
- Vômitos.
- Diarreia.
- Fraqueza.
- Convulsões.

Quando a criança está com febre e há suspeita de ser malária, deve-se:

- Arrefecer o corpo com panos molhados em água fria (ver a seguir como fazer).
- Diminuir a quantidade da roupa que cobre a criança.
- Levar a criança à Unidade Sanitária ou Hospital. Dessa maneira você pode salvar a vida da sua criança.

MENSAGEM CHAVE

Quando a criança tiver febres, leve-a à Unidade Sanitária mais próxima. Pode ser malária!



7 ARREFECIMENTO CORPORAL

☞ *Pergunte a sua comunidade: O que mostra a figura?*

PERGUNTA PRINCIPAL PARA A DISCUSSÃO:
Como é que as mães devem fazer o arrefecimento corporal da sua criança quando ela está com febres?

Quando a criança tiver febres, a mãe pode cuidar dela fazendo o arrefecimento corporal.

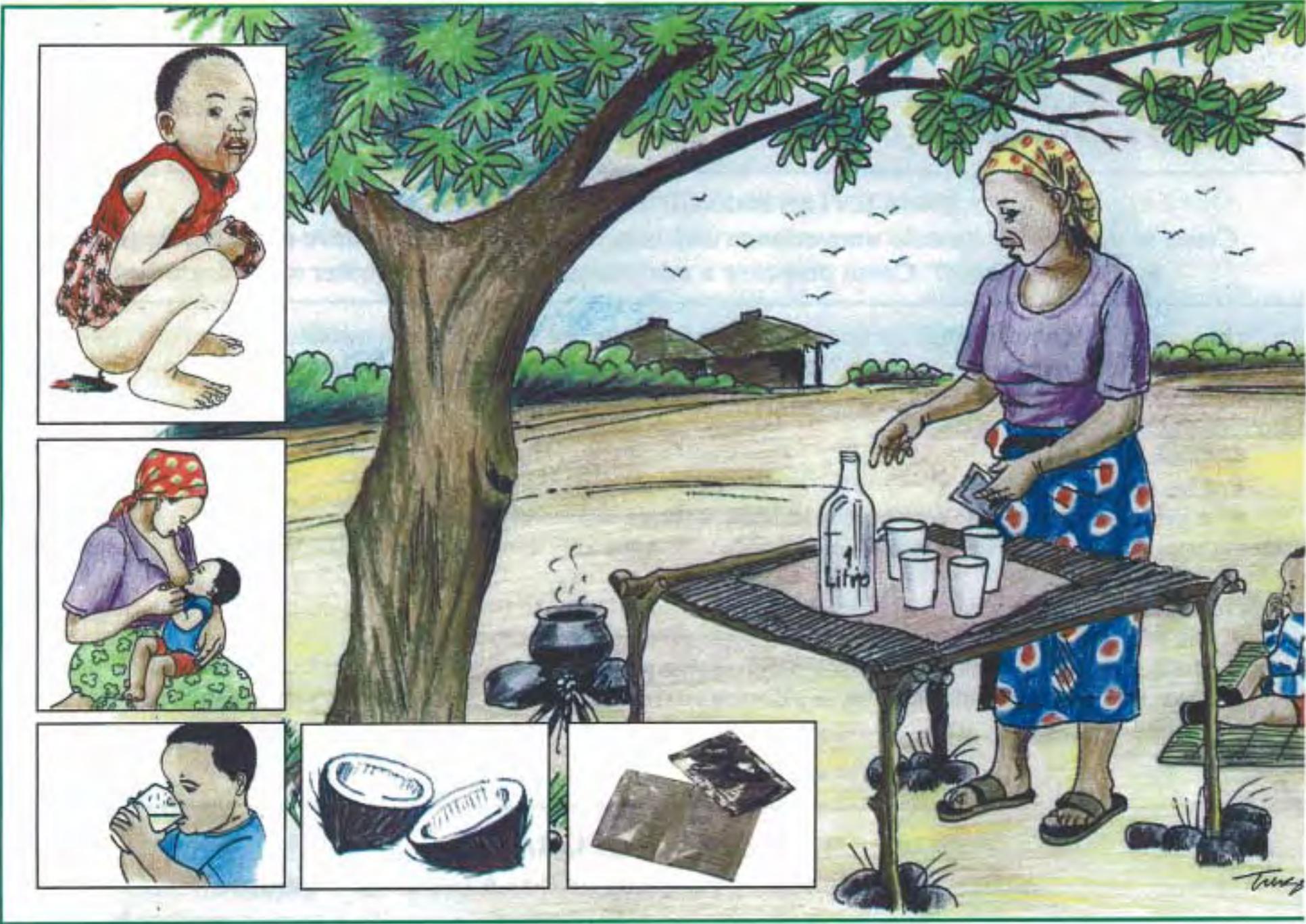
O arrefecimento corporal ajuda a diminuir a febre da criança.

Como fazer o arrefecimento corporal:

- Molhe três (3) capulanas ou panos em água fria, e, se possível, em água limpa.
- Enrole uma das capulanas ou panos na testa da criança, outra nas suas virilhas, e coloque a terceira nos seus sovacos.
- Verifique se o corpo da criança continua quente.
- Se as capulanas ou os panos secarem enquanto a criança ainda está quente, molhe – os, e de novo e coloque-os na criança nos mesmos lugares.

MENSAGEM CHAVE

Faça arrefecimento do corpo da sua criança sempre que ela tiver febre



Tony

3 TRATAMENTO DA DIARREIA

☞ *Pergunte a sua comunidade: O que mostra a figura?*

PERGUNTAS PRINCIPAIS PARA A DISCUSSÃO:

Como se pode saber quando uma criança está com diarreia? O que se deve dar à criança quando está com diarreia? Como preparar a mistura caseira para combater a desidratação?

Uma criança está com diarreia quando faz fezes líquidas muitas vezes, por dia, mais que o normal. A criança que está com diarreia pode ficar rapidamente sem líquidos no corpo (desidratada) e pode morrer, se não for tratada rapidamente.

Alguns sinais de desidratação na criança:

- Olhos encovados.
- Com sede.
- A pele da barriga quando puxada volta lentamente (Prega cutânea volta lentamente).

Basta a criança ter dois desses sinais para ela estar desidratada, e, por isso, deve-se levá-la **IMEDIATAMENTE** à Unidade Sanitária.

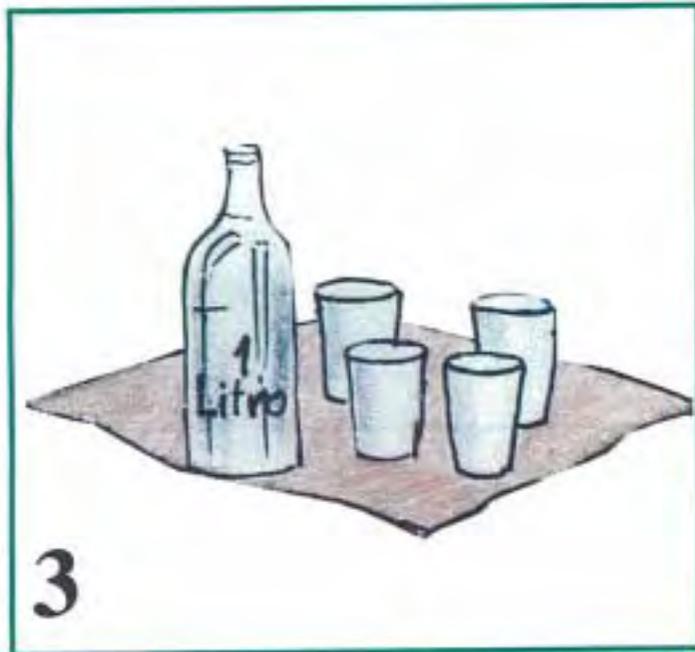
As três regras básicas para tratamento da diarreia em casa:

- Dar à criança mais líquidos do que o habitual para prevenir a desidratação.
- Dar à criança mais comida e alimentos nutritivos para prevenir a desidratação.
- Levar a criança à Unidade Sanitária, se a diarreia não melhorar ou se desenvolverem sinais de desidratação ou de qualquer outra doença grave.

MENSAGEM CHAVE

A diarreia pode matar crianças devido à perda de líquidos.

Criança com diarreia deve continuar a ser amamentada ao peito e tomar muitos líquidos.



4 PREPARAÇÃO DOS SAIS DE REHIDRATAÇÃO ORAL (SRO)

☞ *Pergunte à sua comunidade: O que mostra a figura?*

PERGUNTA PRINCIPAL PARA DISCUSSÃO:

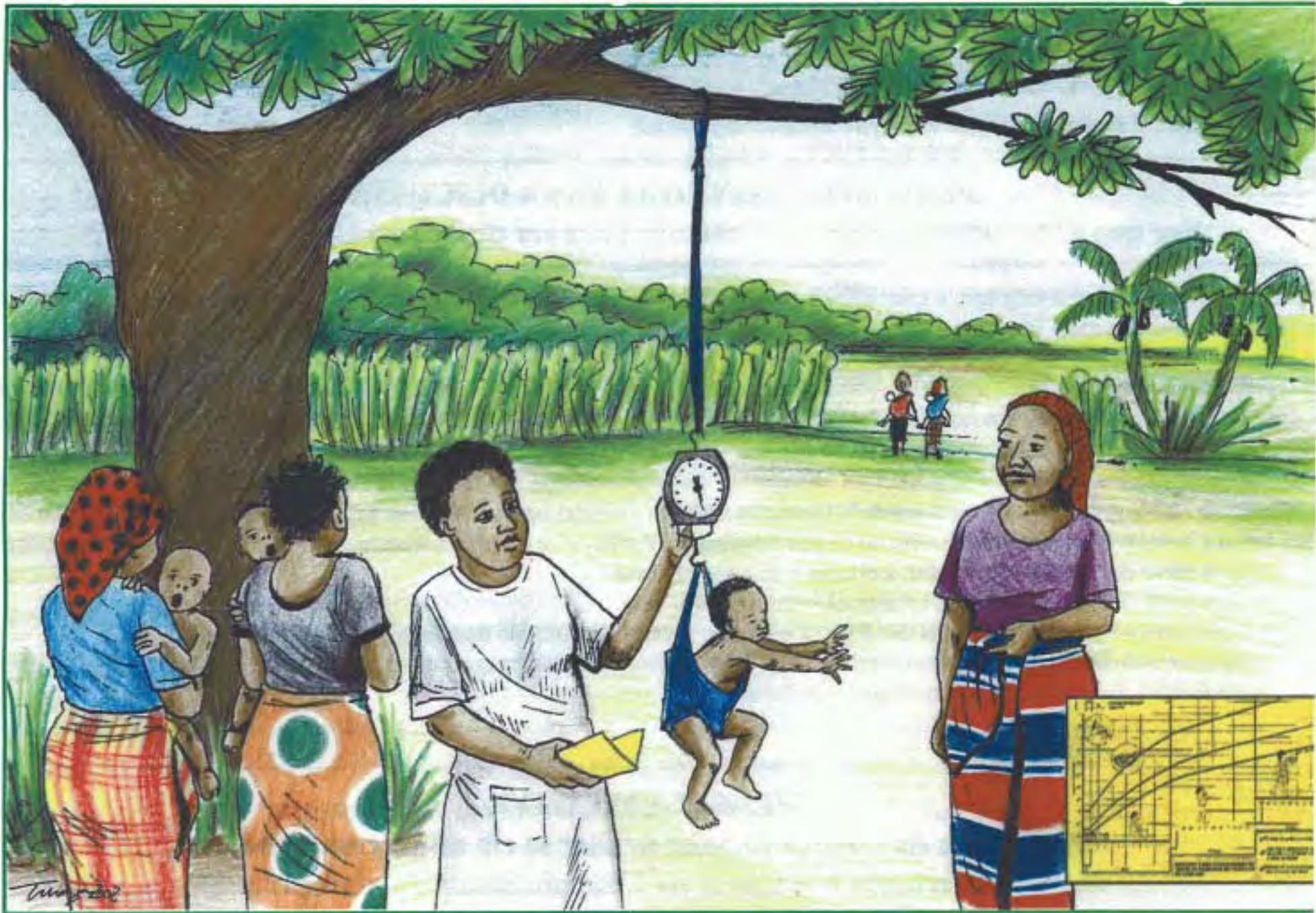
Como preparar a mistura caseira (SRO) para combater a desidratação?

- Lave as mãos com água e sabão.
 - Use qualquer recipiente disponível (frasco, jarra ou garrafa) e meça um litro de água.
 - Ferva a água e deixe-a arrefecer. Se não puder, utilize a água mais limpa que tiver.
 - Deite a água no recipiente limpo.
 - Esvazie todo o pó de UM pacote de SRO.
 - Mexa bem até que o pó se dissolva bem.
 - Dê a criança o SRO, para beber a solução utilizando uma colher ou um copinho.
- Está pronto o SRO – a mistura oral que salva as suas crianças da desidratação!

O SRO deve ser preparado todos os dias e mantido num recipiente coberto. O que sobrar num dia não pode ser usado no dia seguinte. Deve-se deitar fora o que sobrar.

MENSAGEM CHAVE

**O SRO deve ser preparado todos os dias e mantido coberto
Deite fora o SRO que sobrar no final do dia**



17 CONTROLE DO CRESCIMENTO DA CRIANÇA

☞ *Pergunte à sua comunidade: O que mostra a figura?*

PERGUNTA PRINCIPAL PARA DISCUSSÃO:

Por que é importante levar a sua criança para ser pesada na Unidade Sanitária?

É muito importante que a mãe leve a criança para ser pesada, na Unidade Sanitária, pelo menos 5 vezes no primeiro ano de vida. A pesagem é a maneira mais importante para saber se a criança está a desenvolver-se bem.

Nas consultas de peso, a criança recebe também uma dose de vitamina A. A primeira vez quando ela tem 6 meses e depois, novamente, a cada 6 meses até completar 5 anos de idade. Por isto, é importante continuar a levar a criança para as consultas pelo menos 2 vezes por ano, até os 5 anos de idade.

O Cartão de Saúde da criança é uma fonte de informação muito importante para se observar se a criança está a crescer bem ou se ela está tendo algum problema de crescimento ou desenvolvimento. Para avaliar o peso da criança precisa-se de, pelo menos 3 pesagens:

- Se a curva do peso estiver a subir, a criança está a crescer bem.
- Se a curva do peso for plana, a criança não está a crescer bem.
- Se a curva do peso for ESTACIONÁRIA → é preciso rever a alimentação da criança em função da idade.
- Se a curva do peso estiver a descer, a criança está a perder peso e isto indica que a criança deve ser avaliada na Unidade Sanitária e a família deve seguir as recomendações indicadas.

MENSAGEM CHAVE

**A pesagem da criança permite avaliar se ela está a crescer bem.
Leve a sua criança à pesagem na Unidade Sanitária mais próxima.**

18 COMUNICAÇÃO INTERPESSOAL DA MÃE COM A CRIANÇA

PERGUNTA PRINCIPAL PARA DISCUSSÃO:

**Por que é importante que a mãe se comunique com a sua criança?
Como a mãe pode melhorar a sua comunicação com a sua criança?**

Para além de cuidados com as doenças e alimentação da sua criança, a mãe deve também cuidar do seu desenvolvimento emocional e intelectual: a criança precisa ser estimulada e bem cuidada para ser uma criança feliz. Para o efeito, um dos aspectos principais a ter em atenção, é o carinho e a boa comunicação entre a mãe e a sua criança. A mãe deve sempre:

- Falar com a sua criança desde o dia em que ela nasce (e até mesmo quando ela já está dentro da barriga!) pois ela, mesmo não podendo falar, está já a escutar todos os sons. O som preferido da criança é a voz das pessoas que cuidam dela, e a voz da mãe é a principal. A voz da mãe pode acalmar a criança.
- A mãe deve falar para a criança olhando nos seus olhos, com uma voz macia, cantar para ela e com ela, elogiar sempre quando ela se alimenta ou se comporta bem, dizer para ela quanto a ama e como ela é bonita e querida.
- A hora da alimentação, de dormir, de tomar banho, de urinar ou de quando fizer cocó, são momentos importantes para a criança. Nesses momentos, a mãe deve elogiar sempre que a criança se comporte adequadamente.
- O carinho físico é muito importante para a criança. Desde o seu nascimento, deve-se fazer carícias na criança, principalmente na sua cabecinha, braços e costas .
- Ter cuidado para que a criança não fique sufocada e sem poder respirar quando está nas suas costas dentro da capulana. Sempre que possível, deixe a criança voltada para frente para ela ver o mundo em seu redor : isto ajuda a estimular o funcionamento de seus olhos, a sua capacidade auditiva e a sua curiosidade pelo mundo e pelas pessoas.

MENSAGEM CHAVE

Fale sempre com a sua criança. Faça - lhe também elogios e carícias.

19 ASPECTOS A CONSIDERAR NA COMUNICAÇÃO INTERPESSOAL DO ACS

PERGUNTA PRINCIPAL PARA A REFLEXÃO:

Como o ACS pode melhorar a sua habilidade de comunicar-se bem com as mães?

Para estabelecer uma boa comunicação interpessoal durante a visita domiciliária, na reunião de grupo ou no aconselhamento da mãe, o/a ACS deve seguir as seguintes orientações:

- Iniciar sempre a conversa cumprimentando a mãe, a criança e todos os familiares olhando nos olhos das pessoas.
- Criar um bom relacionamento e um ambiente de confiança, segurança e empatia:
 - Ser amável e começar a conversa perguntando sobre os problemas e as necessidades da mãe e da criança.
 - Demonstrar disponibilidade e disposição em escutar, entender e orientar a mãe, dando-lhes orientações claras
 - Conversar com a mãe sobre o estado de saúde da criança usando uma linguagem simples e sincera.
 - Fazer uma pergunta de cada vez, dando tempo à mãe pensar e responder, e observando-a com atenção.
 - Dar as informações necessárias usando exemplos e demonstração.
 - Verificar se a mãe aprendeu pedindo para ela repetir o que ouviu de si.
- Despedir-se da mãe, elogiando-a pelos cuidados que está a ter com a sua criança.

MENSAGENS CHAVES

Respeitar crenças e costumes

Elogiar sempre que há um comportamento positivo

Perguntar sobre assuntos pessoais com respeito e cuidado
pedir para repetir o que você falou

Criticar o menos possível

Ter uma atitude alegre e positiva

Escutar com atenção e procurar entender o outro

Pedir desculpas quando cometer erros

Verificar se a outra pessoa está a perceber bem o que foi dito:

Ser tolerante